

HUBUNGAN ANTARA KEPERIBADIAN TIPE A DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMK MUHAMMADIYAH TEGAL

Mety Tri Nuzulawati
Rohmatun

Abstrak

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja pada guru SMK. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan mengambil guru SMK Muhammadiyah Tegal sebagai populasinya yang diambil semua atau studi populasi yang berjumlah 61 orang. Metode pengumpulan data menggunakan dua skala yaitu skala kepribadian tipe A dan skala stres kerja. Penelitian ini mengajukan hipotesis: Ada hubungan positif antara tipe kepribadian A dengan stres kerja. Teknik korelasi product moment digunakan untuk menguji hipotesis, dengan hasil koefisien korelasi $r = -0,245$, dengan $p = 0.057$ ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara tipe kepribadian A dengan stres kerja, yang berarti hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak.

Kata kunci: kepribadian tipe A, stres kerja

Pendahuluan

"No teacher no education, no education no economic and social development" merupakan ungkapan yang disampaikan oleh Ho Chi Minh (Bapak Bangsa Vietnam), yang mempunyai arti bahwa tanpa seorang guru tidak ada pendidikan, tanpa pendidikan tidak ada perkembangan ekonomi dan sosial. Ungkapan tersebut mempunyai makna bahwa guru memiliki posisi di garda yang terdepan pendidikan, dalam posisi sentral yang artinya paling menentukan proses dan hasil pendidikan secara keseluruhan (Surya, 2013). Ma'arif (2011) menyebutkan bahwa keberadaan guru menduduki posisi yang paling penting dan menjadi penentu dalam dunia pendidikan, sedangkan pendidikan menjadi penentu masa depan serta kejayaan bagi suatu bangsa.

Guru merupakan suatu sebutan bagi jabatan dan profesi bagi individu yang mengabdikan dirinya dalam bidang pendidikan melalui interaksi edukasi secara terpola, formal dan sistematis ((Surya, 2013). Darajad (Mulyana, 2010), menyatakan bahwa seorang guru merupakan pendidik yang profesional, karena secara implisit seorang guru dengan rela hati menerima dan memikul sebagian tanggung jawab pendidikan yang seharusnya menjadi tanggung jawab orang tua.

Guru adalah bagian yang tidak dapat dipisahkan dari komponen pendidikan yang lainnya, yaitu siswa, kurikulum / program pendidikan, fasilitas dan manajemen (Departemen Pendidikan, 2008). Terdapat berbagai macam profesi guru menurut Departemen Pendidikan (2008), diantaranya adalah guru TK, guru SD, guru SMP dan guru SMA / SMK. Berdasarkan Pedoman Perhitungan Beban Kerja Guru disebutkan bahwa setiap jenjang pendidikan berbeda.

Tabel 1. Alokasi waktu satu jam tatap muka

| NO | Jenis Sekolah | Alokasi waktu satu jam Tatap muka / menit | Jumlah jam tatap muka / minggu |
|----|-----------------|--|-----------------------------------|
| 1. | SD / SDLB | | |
| | Kelas I - III | 35 | 29 s.d 32 |
| | Kelas IV - VI | 35 | 34 |
| 2. | SMP, MTS, SMPLB | 40 | 34 |
| 3. | SMA, MA, SMALB | 45 | 38 s.d 39 |

Sumber: Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No 22 Tahun 2006 tentang Standar isi.

Guru menurut Direktorat Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Pendidikan Menengah (2013), adalah pendidik profesional dengan tugas utama yaitu mendidik, mengajar dan membimbing, serta melakukan evaluasi pada peserta didik pada pendidikan menengah kejuruan. Banyaknya peraturan dan kebijakan yang dibuat oleh Pemerintah yang berhubungan dengan guru dan pendidikan, menurut ketua umum PB PGRI, membuat guru tertekan dan stres. Sederet kebijakan yang dibuat oleh pemerintah Pusat dan daerah, mulai dari beban mengajar 24 jam per minggu tatap muka, sertifikasi guru, pembayaran tunjangan profesi, uji kompetensi guru, sampai pada implementasi kurikulum. (<http://www.jpnn.com/read/2013/07/09/180953/Banyak-Guru-Stres-Akibat-Kebijakan-Pemerintah>).

Guru di sekolah mempunyai peran sebagai perancang pengajaran, pengelolaan pengajaran, penilai hasil pembelajaran, pengarah pembelajaran, juga sebagai pembimbing siswa. Dalam lingkaran pekerjaan guru, sering dikatakan bahwa stres banyak dialami oleh para guru serta tenaga kependidikan yang lain. Aktivitas dalam lingkungan kerja, menurut Surya (2013), merupakan salah satu sumber penyebab terjadinya stres, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi aktivitas kerjanya. Kondisi dan kualitas psikologis guru merupakan hal yang sangat penting dalam menentukan terwujudnya posisi serta peran yang strategis guru dalam pendidikan.

Stres dapat menyerang semua individu, hal ini dikarenakan stres merupakan bagian penting dan sangat diperlukan dalam kehidupan individu, dan sebagai akibat yang tidak mungkin dihindari dari interaksi antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Stres merupakan perubahan-perubahan yang membutuhkan penyesuaian, sehingga individu harus dapat beradaptasi (Davis, dkk, 1995)

Stres menurut Ivancevich (2006) merupakan suatu bentuk respon adaptif, dimoderisasi oleh adanya perbedaan individu, yang merupakan konsekuensi dari setiap tindakan, situasi, ataupun peristiwa serta yang menempatkan tuntutan khusus kepada seseorang. Davis (Badeni, 2013) mendefinisikan stres sebagai suatu kondisi ketegangan emosi yang ada pada diri individu yang berpotensi baik pada pikiran atau mental bahkan pada fisik, tetapi apabila hal ini terjadi secara berlebihan, maka dapat mengancam kemampuan individu yang mengalaminya terhadap lingkungan. Stres menurut Badeni (2013), merupakan suatu peluang, apabila stres tersebut memberikan kesempatan perolehan yang potensial. Stres paling tinggi adalah apabila individu merasa tidak pasti, apakah dirinya akan mampu mendapatkan hasil yang diharapkannya atau tidak, sedangkan stres yang paling rendah adalah apabila individu berfikir, tercapai atau tidak hasil dari usahanya, individu tersebut merasa tidak masalah.

Stres dikelompokkan dalam dua kategori, yaitu *eustress* dan *distress*. *eustress* perasaan – perasaan positif yang dialami oleh individu yang dikarenakan mendapatkan suatu penghargaan atau suatu pujian yang didasarkan atas prestasi kerjanya yang memuaskan; dan *distress* yaitu perasaan negatif atau tidak menyenangkan yang dirasakan oleh individu, yang bisa mengakibatkan prestasi kerjanya turun (Wijono, 2006). Penelitian ini lebih menfokuskan pada stres tipe yang negatif atau *distress*.

Stres kerja (Yusuf, 2004) adalah fenomena psikofisik yang bersifat manusiawi, dalam artian bahwa stres tersebut bersifat inheren dalam diri setiap manusia dalam menjalani kehidupannya sehari – hari. Robbin (2008), mengatakan bahwa stres kerja adalah suatu situasi dinamik, dimana didalamnya individu menghadapi kendala, peluang, atau tuntutan yang ada kaitannya dengan apa sangat diinginkannya, dan hasilnya dipersepsikan sebagai hal yang tidak pasti tetapi penting menurut individu tersebut. Anoraga (2009), menjelaskan bahwa stres kerja merupakan suatu bentuk tanggapan seseorang, baik secara fisik maupun mental terhadap suatu perubahan yang terjadi di lingkungannya yang dirasakan individu mengganggu dan mengakibatkan individu tersebut merasa terancam.

Penentu utama dari sumber stres yang berasal dari dalam individu menurut Surya (2013), ada 5 macam, yakni:

1. Frustrasi atau kekeewaan, merupakan situasi yang terjadi, yang merupakan akibat dari kegagalan yang dialami individu dalam mencapai tujuannya
2. Konflik, yaitu terjadinya pertentangan baik di dalam diri individu maupun dengan hal – hal yang berasal dari luar dirinya, seperti misalnya pertentangan dengan pihak lain, pertentangan dengan kepentingan pribadi maupun organisasi
3. Desakan, suatu keadaan dimana individu berada dalam situasi yang terdesak, misalnya adanya persaingan dengan orang lain, merasa waktu yang dimiliki individu sangat terbatas saat harus menyelesaikan suatu tugas, merasa bahwa banyak hal yang harus segera dilakukan atau diselesaikan.adanya tantangan dalam melakukan hubungan antar pribadi, dan lain sebagainya
4. Perubahan, adanya berbagai perubahan yang akan terjadi pada dirinya, misalnya persiapan menghadapi pensiun, ditinggal oleh pasangan atau mulai memisahnya anak – anak dari orang tua
5. Kekeliruan dalam berfikir, atau cara berfikir individu yang salah, misalnya salah menilai orang lain, merasa dirinya paling benar, selalu berfikir negatif tentang orang lain dan lain sebagainya.

Rusya (Ma'arif, 2011), menyebutkan bahwa guru memiliki tugas sebagai pengajar, pemimpin kelas, pengatur lingkungan, pembimbing, perencana, partisipan, evaluator, juga sebagai konselor. Sedangkan guru SMK memiliki tambahan tugas, sebagai ketua jurusan program keahlian, serta pembimbing praktek kerja industri (Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan Dan Tenaga Kerja Kependidikan, 2008).

Ivancevich (2006), menyebutkan bahwa moderator (suatu kondisi, perilaku serta karakteristik yang mempengaruhi hubungan antara dua variabel), stres termasuk disini adalah variabel seperti usia, jenis kelamin, perilaku tipe A, kepribadian, tingkat ketahanan dan dukungan sosial). Cooper (Wijono, 2010), menyebutkan ada tiga macam faktor pekerjaan yang menyebabkan stres, yaitu:

1. Faktor lingkungan, yaitu ketidak pastian ekonomi, iklim politik dan teknologi
2. Faktor organisasi, yang terdiri dari: tuntutan tugas, interaksi antar pribadi, peran tiap individu, struktur organisasi, kepemimpinan, serta tahap kehidupan organisasi itu sendiri.
3. Faktor individual, yang termasuk dalam faktor ini adalah masalah yang keluarga, masalah ekonomi, serta kepribadian.

Faktor yang mempengaruhi perbedaan tingkat stres antara satu orang dengan yang lainnya menurut Badeni (2013) adalah sebagai berikut:

1. Persepsi, merupakan suatu proses yang harus dilalui oleh individu untuk memberikan arti yang bermakna pada lingkungannya
2. Pengalaman dalam menghadapi peristiwa yang mnyebabkan stres, individu yang telah memiliki pengalaman dalam menghadapi suatu peristiwa, akan menyebabkan individu tersebut memahami dengan apa yang akan dilakukannya untuk menghadapi situasi yang menyebabkan stres, sehingga individu kemungkinan tidak mengalami stres yang berbeda dengan individu yang belum mempunyai pengalaman
3. Kemampuan memprediksi peristiwa yang menyebabkan stres, merupakan situasi yang dapat menimbulkan stres, yang mungkin akan dialami oleh individu dimasa mendatang
4. Jenis kepribadian, individu dengan kepribadian *internal locus of control* diprediksikan lebih rendah tingkat stresnya ketika menghadapi situasi yang penuh dengan tekanan, dibandingkan dengan individu dengan kepribadian *eksternal locus of control*. Demikian juga individu dengan kepribadian tipe A cenderung mengalami stres yang lebih tinggi ketika menghadapi situasi yang penuh tekanan dibandingkan dengan individu yang memiliki kepribadian tipe B dengan situasi yang sama.

5. Dukungan sosial, dukungan sosial yang berupa hubungan kerja atau kolegal antara atasan dengan bawahan yang baik dapat mengurangi stres
6. Permusuhan, kadang ada individu yang dengan mudah mengalami kemarahan dan permusuhan yang tinggi dengan individu yang lain. Individu yang seperti ini secara kronis mudah mencurigai dan tidak mudah percaya dengan orang lain. Individu dengan kondisi kepribadian seperti ini mudah terkena stres.

Aspek stres kerja menurut Schultz (Almisitoh, 2011), meliputi:

1. Deviasi fisiologis. Deviasi fisiologis terlihat pada orang yang sedang mengalami stres, antara lain seperti sakit kepala, pening, pusing, tidur tidak teratur, mengalami susah tidur, bangun terlalu awal, susah buang air besar, sakit punggung, gatal – gatal pada kulit, terganggu pencernakannya, tegang, tekanan darah menjadi naik, keringat berlebih, mengalami serangan jantung, selera makan berubah, kehilangan daya energi dan mudah lelah.
2. Deviasi psikologis, meliputi depresi, sedih, merasa merana, mudah menangis, mudah marah, gelisah, cemas dan sedih, merasa harga dirinya turun, terlalu peka, merasa tidak aman, mudah tersinggung mudah menyerang dan bermusuhan dengan orang lain, tegang, bingung, mengurung diri, komunikasi tidak efektif, mengasingkan diri, mengalami kebosanan, lelah mental, kehilangan spontanitas dan kreativitas, ketidakpastian kerja serta kehilangan semangat hidup.
3. Deviasi perilaku, yang meliputi kehilangan kepercayaan kepada orang lain, mudah membatalkan janji atau tidak menepati janji, mudah mempersalahkan orang lain, suka mencari kesalahan orang lain atau menyerang orang lain, meningkatkannya frekuensi tidak masuk kerja, terlalu membentengi atau mempertahankan diri, meningkatnya penggunaan minuman keras dan mabu, melakukan sabotase, serta meningkatnya agresivitas dan kriminalitas.

Tipe kepribadian menurut Wertime (2003), merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kode individu yang mengidentifikasi siapa diri mereka sebenarnya. Gordon (Robin, 2008), mendefinisikan kepribadian sebagai keseluruhan cara bagaimana individu berinteraksi dengan individu yang lainnya. Ivancevich (2006), menyebutkan kepribadian merupakan suatu hasil dari sejumlah kekuatan yang berupa keturunan, hubungan keluarga, budaya, keanggotaan kelompok yang lain serta kelas sosial, yang secara bersamaan membantu membentuk individu yang unik.

Kepribadian tipe A menurut Robin (2008), adalah apabila individu terlibat secara agresif dalam perjuangan yang secara terus menerus untuk mendapatkan hasil yang lebih banyak dalam waktu yang sesedikit mungkin, dan apabila harus melakukannya maka individu tersebut akan melawan upaya – upaya yang menantang dari individu atau yang lainnya. Robin (2008), menyebutkan kepribadian tipe A memiliki karakteristik sebagai berikut:

1. Selalu bergerak, berjalan serta makan dengan cepat
2. Merasa tidak sabaran
3. Berusaha keras untuk selalu memikirkan serta mengerjakan dua hal atau lebih secara bersamaan
4. Tidak bisa menikmati waktu luangnya dengan efektif
5. Terobsesi dengan hitungan angka – angka, keberhasilan diukur dengan bentuk jumlah hal yang bisa didaptkannya

Orang dengan kepribadian tipe A menurut Freidman (Ivancevich, 2006), adalah merupakan pendorong agresif yang ambisius, berorientasi pada tugas, kompetitif, dan selalu bergerak. Orang dengan kepribadian tipe A memiliki karakteristik sebagai berikut:

1. Secara kronis, individu berusaha untuk bisa menyelesaikan tugas atau pekerjaan sebanyak mungkin dalam periode waktu yang relatif singkat
2. Penuh energi, kompetitif, ambisius dan agresif
3. Gaya bicaranya meledak – ledak, serta mendorong orang lain untuk melakukan apa yang dia katakan

4. Tidak suka menunggu, tidak sabaran, dan beranggapan bahwa menunggu adalah membuang waktu yang berharga
5. Berorientasi dengan pekerjaan dan terlalu sibuk dengan tenggat waktu
6. Selalu berjuang dengan orang lain, sesuatu dan juga peristiwa.

Rodenman (Wijono, 2010), menyebutkan ciri – ciri kepribadian tipe A dan kepribadian tipe B sebagai berikut:

Tabel 2: Ciri – ciri tipe kepribadian A dan kepribadian tipe B

| Kepribadian Tipe A | Kepribadian Tipe B |
|-------------------------------|--|
| a. Kompetitif | a. Rileks |
| b. Berorientasi pada prestasi | b. Tidak menyukai kesulitan |
| c. Agresif | c. Menggunakan banyak waktu untuk melakukan kegiatan yang disukainya |
| d. Cepat dan tangkas | d. Jarang marah |
| e. Mudah mengalami stres | e. Tidak mudah iri kepada orang lain |
| f. Tidak sabaran | f. Tidak mudah marah |
| g. Mudah gelisah | g. Tidak mudah stres |
| h. Berbicara dengan semangat | h. Jarang kekurangan waktu |
| i. Selalu siap siaga | i. Bekerja dengan tekun dan terus menerus |
| | j. Bergerak dan berbicara dengan pelan |

Perilaku atau kepribadian tipe A memiliki dua komponen utama yaitu ketidakramahan dan ketidaksabaran. Studi yang dilakukan oleh Ivancevich (2006)

Terhadap subjek pria dan wanita kulit putih yang berjumlah 3.308, yang didukung oleh *National Institutes of Health* mempelajari mengenai efek dari tipe A, depresi dan kegelisahan terhadap resiko fisik jangka panjang.

Kepribadian tipe A paa awalnya dgambarkan secara jelas dan menggunakan alat ukur oleh Friedman & Roesman pada tahun 1959 (Jenkis, 1988, Taylor, 1991). Awalnya, hal ini digambarkan sebagai gaya perilaku dan emosi, namun sekarang, beberapa penulis lebih menggambarkan tipe A sebagai ciri dari sifat kepribadian yang pasti, sementara penulis lainnya menggambarkan tipe A sebagai pola penggiatan perilaku yang secara kuat dan berkelanjutan yang biasanya perilaku tersebut dimulai dari dirinya sendiri (Jenkis, 1988). Tiga ciri utama dari kepribadian tipe A menurut Freidman (Smet, 1994), yaitu:

1. Berorientasi pada persaingan prestasi, diwujudkan dalam bentuk perilaku ambisius dan kritis terhadap diri sendiri
2. Urgensi waktu, wujud perilakunya adalah tidak sabaran, berjuang melawan waktu, mengerjakan beberapa pekerjaan yang berbeda dalam waktu yang bersamaan
3. Rasa permusuhan, yang diwujudkan dalam perilaku mudah marah, bahkan terkadang agresif.

Suwarto (Priyodwi, 2008), menyebutkan bahwa Tipe kepribadian A lebih besar kemungkinannya mengalami stres bila dibandingkan dengan tipe kepribadian tipe B. Rosenman & Gibson (1996), dalam penelitiannya menemukan bahwa individu dengan kepribadian tipe A lebih banyak yang terkena serangan jantung, hal ini merupakan karakteristik dan adanya persepsi dari individu, yang disebabkan adanya tekanan yang menyebabkan stres. Sari (2006), dalam hasil penelitiannya menemukan bahwa tingkat stres pada individu dengan kepribadian tipe A mengalami stres pada tingkat sedang, sedangkan individu dengan kepribadian tipe B mengalami stres pada tingkat ringan. Hasil penelitian Iswanto (Sari (2006) menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara stres kerja individu dengan kepribadian tipe A dan individu dengan kepribadian tipe B, ternyata bahwa tingkat stres individu yang memiliki kepribadian tipe A lebih tinggi jika dibandingkan dengan individu yang memiliki kepribadian tipe B.

Dalam penelitian ini, guru SMK yang memiliki tanggung jawab tugas yang sangat besar, diasumsikan memiliki stres kerja yang tinggi. Bila seorang guru SMK mengalami stres kerja, hal ini akan berakibat terhadap proses pembelajaran sehingga tidak dapat mengajar atau menjalankan tugasnya sebagai guru dengan baik. Setiap guru pasti mempunyai karakteristik yang berbeda satu dengan lainnya, sehingga dalam menghadapi berbagai tekanan yang disebabkan tugas yang banyak juga akan berbeda pula. Dari hal tersebut diatas, maka penulis berasumsi bahwa kepribadian tipe A lebih rentan akan mengalami stres kerja dan dengan mudah akan mengalami stres dibanding dengan kepribadian tipe B.

Dari hal tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: ada hubungan positif antara tipe kepribadian A dengan stres kerja.

Metode Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah semua guru SMK Muhammadiyah Tegal yang berjumlah 61 orang, yang terdiri dari guru SMK Muhammadiyah 1 sebanyak 50 orang, dan guru SMK Muhammadiyah 2 sebanyak 11 orang. Metode pengumpulan data menggunakan dua skala, yaitu skala stres kerja, yang disusun berdasarkan aspek stres kerja menurut Schutz yang terdiri dari deviasi fisiologis, deviasi psikologis, dan deviasi perilaku, dengan item berjumlah 25 item dengan daya beda item berkisar antara 0,322 sampai 0,645 dengan estimasi reliabilitas 0,880. Skala kedua yaitu skala kepribadian tipe A yang disusun berdasarkan karakteristik kepribadian dari Friedman, yang terdiri dari Secara kronis, individu berusaha untuk bisa menyelesaikan tugas atau pekerjaan sebanyak mungkin dalam periode waktu yang relatif singkat, penuh energi, kompetitif, ambisius dan agresif, gaya bicaranya meledak – ledak, serta mendorong orang lain untuk melakukan apa yang dia katakan, tidak suka menunggu, tidak sabaran, dan beranggapan bahwa menunggu adalah membuang waktu yang berharga, berorientasi dengan pekerjaan dan terlalu sibuk dengan tenggat waktu, selalu berjuang dengan orang lain, sesuatu dan juga peristiwa; yang berjumlah 30 item, dengan daya beda item berisik antara 0,254 sampai 0,577, dengan estimasi reliabilitas sebesar 0,735. Azwar (2012) menyebutkan, apabila jumlah item yang lolos ternyata masih belum mencukupi jumlah item yang diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria 0,30 menjadi 0,25, sehingga menggunakan korelasi total item $\geq 0,25$.

Sebelum dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi product moment, dilakukan uji asumsi terlebih dahulu sebagai syarat untuk melakukan uji hipotesis. Berdasarkan uji normalitas terhadap skala stres kerja, diperoleh hasil K-SZ sebesar 1,051, signifikansi 0,219 dengan $p > 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa sebaran data skala stres kerja berdistribusi normal, adapun data skala kepribadian tipe A diperoleh hasil K-SZ sebesar 0,735, dengan signifikansi 0,653 dengan $p > 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa data kepribadian tipe A berdistribusi normal. Asumsi kedua yang harus dipenuhi adalah uji linieritas. Berdasarkan uji linieritas antara data skala stres kerja dengan data skala kepribadian tipe A diperoleh Flin sebesar 3,771 dengan signifikansi 0,057 ($p > 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa data skala stres kerja dan data skala kepribadian tipe A tidak linier atau tidak membentuk garis lurus.

Untuk menguji hipotesis digunakan teknik korelasi product moment, diperoleh hasil $r_{xy} = -0,245$, dengan signifikansi 0,057 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang positif antara stres kerja dengan kepribadian tipe A, sehingga hipotesis dalam penelitian ini ditolak.

Hasil

Berdasarkan hasil uji korelasi, diketahui bahwa hasil $r_{xy} = -0,245$, dengan signifikansi 0,057 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang positif antara stres kerja dengan kepribadian tipe A, sehingga hipotesis dalam penelitian ini ditolak. Penyebab hipotesis dalam penelitian ini ditolak, mungkin dikarenakan, uji asumsi dalam hal ini uji linieritas, yaitu uji

linieritas antara data skala stres kerja dengan data skala kepribadian tipe A diperoleh Flin sebesar 3,771 dengan signifikansi 0,057 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan hasilnya adalah tidak linier.

Beberapa ahli psikologi berpendapat bahwa suatu pelanggaran terhadap asumsi – asumsi yang harus dipenuhi ketika melakukan uji hipotesis bukanlah hal yang serius, hal ini dikarenakan F – maupun t – tes merupakan suatu *robust*, yang artinya tes statistik secara parametrik bisa digunakan dan akan berfungsi dengan baik, walaupun asumsi – asumsi yang menjadi syaratnya tidak terpenuhi atau dilanggar, dan pelanggaran terhadap asumsi tersebut tidak akan membawa pengaruh terhadap hasil analisis (Swediati, 2001).

Widiarso (2011), Kalau teori yang digunakan sebagai landasan teori sudah cukup kuat, akan tetapi hasil dari uji statistik tidak menunjukkan adanya hubungan atau perbedaan signifikan pada data yang diuji, bisa ada kemungkinan disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya adalah karena data yang tidak linier.

Stres kerja muncul bisa dikarenakan oleh berbagai faktor atau sumber yang menyebabkan terjadi stres, diantaranya adalah interaksi antara individu dengan lingkungannya, kepribadian dan lingkungan itu sendiri.

Hasil dari penelitian ini adalah, 41 orang atau 67,21 % dari 61 subjek, kepribadian tipe A berada pada kategori sedang, 7 orang atau 11,48% dalam kategori tinggi, dan 13 orang atau 21,31% rendah, sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian dengan kepribadian tipe A tergolong sedang. Adapun kategori untuk stres kerja ditemukan bahwa dari 61 subjek, 16 orang atau 26,23% pada kategori sedang, 12 orang atau 19,67% pada kategori sangat rendah dan 33 orang atau 54,10% pada kategori sedang. Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil dari penelitian ini diketahui bahwa tingkat stres kerja pada subjek penelitian adalah tergolong sedang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Migo (2013), yang menyatakan bahwa kepribadian tipe A tidak mempunyai pengaruh terhadap stres kerja. Hal ini dikarenakan individu yang memiliki kepribadian tipe A sangat menyadari akan kekurangan yang dimilikinya dalam menyelesaikan tugas, sehingga dengan kondisi tersebut individu dengan kepribadian tipe A, lebih mempersiapkan diri dalam menghadapi berbagai macam tugas dan tanggung jawab yang besar yang diberikan kepadanya, dengan jalan individu tersebut mengikuti berbagai pelatihan, selalu berusaha bertanya dan berdiskusi dengan orang yang lebih berpengalaman, sehingga dengan hal tersebut membuat kompetensi individu dengan kepribadian tipe A menjadi semakin baik, menjadi selagi siap ketika dihadapkan dengan variasi pekerjaan yang beragam, dan tanggung jawab yang besar, yang diserahkan kepadanya, sehingga tidak mempengaruhi tingkat stres yang individu rasakan sebelumnya.

Penelitian ini juga mendukung penelitian yang dilakukan oleh Sari (2006) tentang stres dan coping kepribadian tipe A. Stres dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu penyakit, kematian, pekerjaan, serta kepribadian tipe A. Berdasarkan hasil uji perbedaan dengan menggunakan *Independent sample T – test*, yang dilakukan terhadap hasil penelitian diperoleh bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kepribadian tipe A.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penggolongan kepribadian tipe A dan tipe B yang dilakukan oleh Freidman dan Rosenman (Wijono, 2006), bahwa diantara ciri dari kepribadian tipe A yaitu individu mudah mengalami stres, seharusnya sebagai seorang guru yang berhadapan dengan berbagai permasalahan dalam dunia pendidikan dan juga menjadi konselor bagi para muridnya, seorang guru tidak mudah mengalami stres, bila menghadapi permasalahan, tetapi tetap bersikap tenang dan berusaha untuk mencari solusi dari masalah yang dihadapinya.

Hasil penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gui (2013), yang menyatakan ada hubungan yang positif antara tipe kepribadian A dengan stres kerja pada karyawan, namun dalam penelitiannya Gui (2013) menemukan bahwa tipe kepribadian B lebih dominan mempengaruhi stres kerja pada karyawan dibanding dengan kepribadian tipe A.

Stres kerja tidak hanya dipengaruhi oleh kepribadian tipe A saja, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lain, misalnya persepsi individu terhadap suatu keadaan atau peristiwa yang terjadi, hal ini juga bisa membuat para guru tidak mengalami stres kerja, dikarenakan para guru baru saja mengikuti pelatihan dengan mengisi raport bersama – sama untuk kurikulum terbaru, yaitu kurikulum 13, dan juga penataran bagi para wakil kepala sekolah bagian kurikulum. Hal ini bisa mengurangi stres kerja. Selain itu seseorang dalam merespon stres juga dipengaruhi oleh dukungan sosial.

Simpulan dan Saran

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak hubungan positif yang signifikan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja pada guru SMK Muhammadiyah Tegal, yang berarti hipotesis dalam penelitian ini ditolak. Berdasarkan dari hasil penelitian ini, maka saran yang diajukan untuk peneliti berikutnya adalah: lebih memperluas bidang kajian dengan menambahkan variabel lain yang mempengaruhi stres kerja, seperti dukungan sosial, faktor lingkungan, faktor organisasi dan lainnya.

Daftar Pustaka

- Almasita, U. H. (2011). Stres kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. Retrieved from <http://psikologi-uin-malang.ac.id/wp-content/uploads/2014/03/stres-kerja-ditinjau-dari-konflik-peran-ganda-dan-dukungan-sosial-pada-perawat.pdf>.
- Anoraga, P. (2009). *Psikologi kerja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Badeni. (2013). *Kepemimpinan dan perilaku organisasi*. Bandung: Alfabeta.
- Davis, M. (1995). *Panduan relaksasi dan reduksi stres*. Jakarta: EGC.
- Ivancevich, J. M. (2006). *Perilaku dan manajemen organisasi Edisi ketujuh. Alih Bahasa Gina Gania*. Jakarta: Erlangga.
- Ma'arif, S. (2011). *Guru profesional harapan dan kenyataan*. Semarang: Walisongo Press.
- Migo, Y. D. (2013). Pengaruh kepribadian, budaya organisasi dan iklim organisasi terhadap stres kerja di Kap Padang dan Pekan Baru. *Vol 2, No 1*.
- Mulyana, A. Z. (2010). *Rahasia menjadi guru hebat memotivasi diri menjadi guru luar biasa*. Surabaya: Grasindo.
- Priyodwi, M. (2008). Hubungan faktor individu dan organisasi Rumah Sakit dengan stres kerja serta hubungan stres kerja dengan kinerja asuhan keperawatan perawat pelaksana di Ruang Inap RSUD Dr. Soegiri Lamongan. *1 Vol 1 No 1*.
- Robin, S. P., & Judge, T. A. (2008). *Perilaku organisasi buku 1. Alih bahasa Diana Angelica*. Jakarta: Salemba Empat.
- Sari, D. (2006). Stres dan koping perawat kepribadian tipe A dan kepribadian tipe B di ruang inap RSUD Dr. Pringadi Medan. *Vol 2, No 1*. Retrieved from [http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21159/1/ruf-mei2006-2%20\(1\).pdf](http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21159/1/ruf-mei2006-2%20(1).pdf).

- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Surya, M. (2013). *Psikologi guru konsep diri dan aplikasi dari guru untuk guru*. Bandung: Alfabeta.
- Tenaga Kependidikan, D. (2008). *Pedoman penghitungan beban kerja guru*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Wertime, K. (2003). *Building brands & believer, Alih bahasa Emil Salim*. Jakarta: Erlangga.
- Widhiarso, W. (2012). Hasil uji statistik dan penulisan butir yang kurang tepat. *Retreived Maret 29,2015 from [http://widhiarso.staff.ugam.ac.id /file/ hasil%Uji %20Tidak%20Signifikan,%20Bisa%20jdi%20Karena%20 Penulisan%20Butir%20Yang%20Kurang%20Tepat.pdf](http://widhiarso.staff.ugam.ac.id/file/hasil%Uji%20Tidak%20Signifikan,%20Bisa%20jdi%20Karena%20Penulisan%20Butir%20Yang%20Kurang%20Tepat.pdf)*.
- Wijono, S. (2006). Pengaruh kepribadian tipe A dan peran terhadap stres kerja manajer madya. *Insan Vol 8, No 3*.
- Yusuf, S. L. (2004). *Mental Hygiene (pengembangan kesehatan mental dalam kajian psikologi dan agama)*. Jakarta: Kencana.